



学校だより

練馬区立光が丘第一中学校

平成 25 年 7 月 1 日発行

<http://www.hikarigaoka1-j.nerima-tyky.ed.jp/top.html>

「体健やかにして心康らか」

校長 境 田 聡

梅雨らしい日が続いております。1学期中間考査も終え、3年生は修学旅行を、2年生は職場体験を経て、夏季休業（夏休み）を迎える準備を始める時期になりました。7月10日（水）からは個人面談が始められ、「一人一人にとってどのような夏休みにしていくか」の話が、担任の先生を交えて行われます。今年の4月からの学校や家庭生活を振り返り、思い通りの結果が得られていればさらにがんばり、思うようにいかなかったことがあれば改善していくことを考えて、夏休みを迎えられるようにしてください。

6月9日（日）～11日（火）に3年生の修学旅行に同行しました。思いの外、過ごしやすい気温で、充実した修学旅行ができました。その中で、第1日目に訪れた「薬師寺」でお坊さんの講話をお聞きする機会がありました。全国から「薬師寺」を訪れる中高生にお話をする事が多く、とてもおもしろい内容でした。特に、「健康」についてのお話が印象に残りました。お坊さんのお話によると「健康」という言葉には、あと2文字を付けて読むのだそうです。その2文字とは、「体」と「心」です。「体」と「心」を「健康」に加えて「体（からだ）健（すこ）やかにして心（こころ）康（やす）らか」と読みます。「健康」の意味は、「体」と「心」がともに「健やかで康らか」であることが大切だということだとお話ししていました。私は、このお話を伺って、「健康」は当たり前のように授けられるものでなく、「健康」であるためには心がけることがあると思いました。“早寝早起き”“早起きは三文の得”など生活のリズムを守ることが、「健康」に過ごすためには昔からよいとされてきました。生活のリズムの乱れは、心身の「健康」を害することが多いようです。生活のリズムを守り、「健康」に生活することが、何をするにも大切なことです。生徒のみなさんは、夏休みの過ごし方を考える時、生活のリズムを守り、「健康」に過ごすことを特に念頭においてみましょう。

7月の予定

- 2日（火） 小学校への学校紹介
- 3日（水） 避難訓練
- 4日（木） 2年都学力を因るための調査
- 8日（月） 生徒朝礼 生涯学習講座ガイダンス
- 9日（火） 専門委員会
- 10日（水） 個人面談開始（～19日）
- 11日（木） セーフティ教室 あかね祭り
- 12日（金） 2年オーケストラ教室
- 13日（土） 土曜授業 学校公開 1年臨海保護者会
- 16日（火） ②カット
- 18日（木） 美化活動 職員会議
- 19日（金） ③④カット 午後全校集会
- 20日（土） 夏季休業（始）
- 21日（日） 1年臨海学校（岩井）～24日（水）

光一中生の活躍

☆ソフトテニス部
練馬区大会 団体 第7位
都大会出場決定

学校公開日

毎月の第二土曜日は、学校公開日となります。今月は7月13日です。

学割の申請

夏休み中のご旅行などで学割が必要な方はお早めに申請ください。

6月の行事から

3年 修学旅行

6月9日～11日



1日目は、法隆寺、薬師寺、奈良公園と奈良方面の見学を行いました。2日目は京都のグループ行動です。それぞれの学習の目標をもち、見学コースを決めました。はじめての土地でうまく行動できないこともありましたが、これも学習のうちです。3日目は、学級ごとに見学です。きれいな宿舎に泊まり、最高の思い出になった修学旅行になりました。

1年 国際理解学習 6月12日

1年生は、公益財団法人国際理解支援協会「留学生が先生！」教育プログラムからフィンランド、アゼルバイジャン、中国からの留学生を講師に各クラスで講演会を行いました。講師の話に夢中になり、外国に対して興味を膨らませ、楽しい時間を過ごしました。



2年 職場体験学習

6月27日28日



1年生の学年末から準備した職場体験学習です。それぞれが学習の課題をもっていきいきと活動しました。ご協力いただきました地域の事業者の皆様本当にありがとうございました。

★ご協力いただいた事業所

西武池袋線練馬駅、やきとり一輝、浩正会スズキ病院、練馬図書館、東京飯店、マクドナルド練馬店、渋谷園芸マクドナルド谷原店、クロネコヤマト練馬高野台店、ビックボーイ練馬高野台店、白石農園、光が丘動物病院ニトリ成増店、第五保育園、第六保育園、第七保育園、むらさき幼稚園、あかね幼稚園、光が丘図書館光が丘消防署、エルロード、ヴィクトリア光が丘店、TAKEYA 光が丘店、服部自動車板金、モスバーガー春日町店四季の香小学校、光が丘デンタルクリニック、ホテルカデンツァ光が丘、おだふじ、ルネサンス光が丘、マクドナルド豊島園店、豊島園、ウエルシア練馬高松店、地産マルシェ光が丘店、土支田保育園、白菊幼稚園練馬美術館、ファミリーマート土支田2丁目店、デニーズ中村橋店、セブンイレブン練馬土支田3丁目店華屋与兵衛土支田店、フタバスポーツ朝霞店、ペットのコジマ和光、マクドナルド高野台大丸ピーコックダイシャリン、サイゼリヤ練馬高松店、セブンイレブン高松3丁目店